

ボウ はあと

1月1日に発生した能登半島地震で被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。
1日も早い復興をお祈りいたします。

編集：能美市ボランティア連絡協議会

能美市ボランティア連絡協議会会員研修会

開催日：令和6年2月25日 会場：根上総合文化会館 円形ホール

集まれボランティア!

つながりは、ウェルビーイング社会をつくる
～社会的処方取り組みから～



講師：公益社団法人 石川勤労者医療協会 寺井病院 院長 島 隆雄氏

目次

2.3 ページ

・小松・能美地域ボランティア連絡会研修会の報告

4.5 ページ

・能美市ボランティア連絡協議会
会員研修会の報告

会長	小西 彰子
寺井地域更生保護女性会	生田 絹代
げんきかい	北川 信子

6 ページ

- ・春まち ぽかぽか プロジェクト
～ふくしの魅力発信!! ぽかぽかパネル展示～に参加しました!
- ・能美市ボランティア連絡協議会活動を振り返って
- ・学校ボランティアリレー
フードドライブの取り組み —能美市立宮竹小学校—
- ・令和6年度 能美市ボランティア連絡協議会総会のお知らせ
- ・ボランティア掲示板
- ・編集後記

あなたも活動をはじめてみませんか。いつでも **今** がはじまりです。

小松・能美地域 ボランティア連絡会研修会

12月10日(日)に寺井地区公民館にて研修会を開催しました。

小松市・能美市・川北町のボランティアの方々75名の参加があり、楽しく研修・交流する機会となりました。



研修会に参加しての感想

- ・とても楽しい研修会でした。いい交流ができました。
- ・今回はコロナあけでたくさんの参加者があり、それにマジックショーあり、元気がでる笑いヨガの講習とDVDを見ながら皆で笑って楽しく体が熱くなり効果大でした。来られなかった仲間に伝えます。
- ・堅苦しいお話も良いですが、このようなテクニックが身につく内容はとても良いと思います。
- ・今の季節、イベントがあるのでピッタリの出し物だと思います。でも、練習が必要かな?頑張ってみます。ボランティアの年齢が高くなり、高校生の活躍がすばらしい。このような活動を長く続けてほしい。
- ・堅苦しい講演やシンポジウムと全く違いとてもリラックスした楽しい研修会でした。高校生がとても元気で「笑いヨガ」に引き込まれました。日本の将来は明るい!
- ・人生の一部が見られる貴重な時間でした。年齢の違う人たちが多くいる中、色々と勉強になる事がありました。まさかセンターに立つとは思っていませんでした。(笑)これも大切な経験です。
- ・寺井高校生の若いパワーで元気をもらいました。可愛い幸せ葉書、玄関に飾ろうと思います。

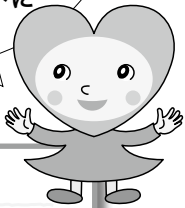


***** 研修会に参加して ◆ 寺井高校JRC部 ◆ *****

- ・私はこの研修会で同じような活動をしている方との交流を通して、人と関わり、共に学ぶことの大切さを再確認しました。また、教えてもらった手品を今後のJRC部の活動で披露していく場があったら嬉しいなと思います。
- ・自由に交流できる時間があったから、同じ机の人たちとたくさん話すことができ楽しかったです。教えてもらったマジックを披露したりと、参加型で楽しめました。また参加したいと思いました。
- ・年齢の違う方々と一緒に研修をして、ほんのわずかな時間でも多くの学びを得られ、知ることもできました。中でも同じグループ内で、人生経験が私よりも長い大人の方との会話では、「〇〇のボランティアで会いましたね、ひさしぶり～」といった話をおうかがいし、この研修会は様々な場所で活躍しているボランティア仲間との大切な会だと気付かされました。私も来年から社会へ出ますが、研修会で話し合いの仕方や仲間を気づかう心を大切にしたいです。
- ・地域の方々と交流をした時に、班になった人とお話をさせていただいたり、マジックショーを見せていただいたり、実際に自分たちでもやってみることで、マジックの仕組みが解かり、地域の人達がどんなことをしたり、見たりしているのかを知る機会にもなったので良かったです。

能美市ボランティア連絡協議会 会員研修会の報告

令和6年2月25日(日)
根上総合文化会館にて
能美市ボランティア連絡協議会
会員研修会を
春まち ぽかぽか プロジェクトに
併せて開催しました。



地域福祉推進のマスコット
「のみんちゃん」

能美市ボランティア連絡協議会会長 小西 彰子

参加された皆さんの感想を読ませていただくと、「ウェルビーイングについて良く分かった」というお声と「少し難しかった」というお声がありました。

ウェルビーイングとは、健康・幸福・福祉が満たされた状態のことを言います。ただし医療関係者は「健康」、心理学者は「幸福」、福祉関係者は「福祉」の側面からウェルビーイング状態を測ります。講師の島先生は医療関係者。私達ボランティアは日頃から福祉が身近にある立場。おそらくこの違いが「難しかった」と書かれた理由ではないでしょうか。立場が違えば当然です。

私は研修の始めに先生がおっしゃったウェルビーイングの4つの因子を、都合良く自分に当てはめておりました。「やってみよう」「ありがとう」「なんとかなる」「ありのままに」。これを聞いた時、「ボランティア活動そのもの!」と勝手な解釈をしていました。そうなるとその後の話はもう全てボランティア活動以外には結びつかなくなり、WHO憲章など難しい単語はすっ飛ばし、「医療的処方をするのはお医者さん。社会的処方をするのは私達! ボランティア活動が地域の人を健康にするのだ。

よし、患者と地域をつなげたいお医者さんがいたら『ボランティア連絡協議会に連絡して下さい』と胸張って言うぞ!』と、一人で盛り上がったのです。この前向きな思いを持てることこそウェルビーイング状態。しかし世の中そんな人ばかりではありません。

講演で紹介された「夕焼け散歩」や「Say Hello! プロジェクト」。元気がなくて自信もなくて声を上げることができない人や、外に出られない人の元へ行き、「Hello! いかがお過ごしですか?」と声をかけられる人になりたいと思った研修会でした。



講師: 島 隆雄氏

..... 会員研修会に参加しての感想

私には聞きなじみのない「ウェルビーイング」という言葉。先生のお話では、直訳すれば「良い状態」「満たされた状態」つまり心身ともに満たされた状態を表すらしい。

人生百年時代の今、健康で幸せに生きていくためには、すべての人が活躍できる場所や安心して暮らせる社会をつくるのが大きな課題になっています。

芸術文化・運動・サークル活動・経済援助・ボランティア活動、かかりつけ医やIT技術など社会資源を活用し、エンパワーメント（組織を構成する一人ひとりが本来持っている力を発揮し、自らの意思決定により自発的に行動できるようにすること）を発揮し、「つながりのある社会を創りましょう」というお話のように感じました。

寺井地域更生保護女性会 生田 絹代

今回の研修会では、ボランティア活動の充実を目指すために、健康・幸福・福祉の意味である「ウェルビーイング」をテーマに講演会が行われました。

この機会を通じて、安心して暮らし続けられるまちづくりについて考えることができました。少子高齢化や人手不足、また能登半島地震によって今年は困難な年明けとなり、お互いに助け合い、地域や人を大切にすることがますます重要となっています。

私たちは将来何が起こるか分かりません。皆が心から健康で幸福を求めするために社会福祉の充実に取り組む必要があります。皆さんの協力が不可欠です。一緒に集まり、ボランティア活動に取り組みましょう。

げんきかい 北川 信子

研修会の様子



春まちぽかぽかプロジェクト

～ ふくしの魅力発信!! ぽかぽかパネル展示 ～ に参加しました!



能美市ボランティア
連絡協議会
活動を振り返って



- | | | |
|------|--------------|------------------------|
| 令和5年 | 4月 22日 (土) | 令和5年度総会 |
| | 7月 1日 (土) | 分野別研修会第2分野 |
| | 7月 9日 (日) | 第3分野 |
| | 7月 30日 (日) | 第1分野 |
| | 9月 23日 (土・祝) | 第16回能美市民ボランティアフェスティバル |
| | 12月 10日 (日) | 小松・能美地域ボランティア連絡会研修会 |
| 令和6年 | 2月 24日 (土) | |
| | ～3月3日(日) | 春まち ぽかぽか プロジェクト |
| | | ～ふくしの魅力発信!! ぽかぽかパネル展示～ |
| | 2月 25日 (日) | 会員研修会 |

学校ボランティアリレー



フードドライブの取り組み

能美市立宮竹小学校



5年生は1年を通して『「食」について考えよう』のテーマをもとに総合の学習を進めました。1学期は生産者側の課題について、2学期は消費者側の課題について学び、自分たちで調べる活動に取り組みました。2学期終盤からは、「自分たちでできることはなんだろう」と考え、出した結論が「フードドライブ実施」でした。

そこで、直接市民のみなさんに協力を求めるために、スーパーなど市内3カ所に協力を依頼し、3学期に入り広く活動を知っていただくため、近隣の保育園、小学校、中学校にポスターを配布し当日を迎えました。



宮竹小学校
ホームページ



・日本では食料がたくさん廃棄されていることがわかったよ。
・たくさんコミュニケーションもとれたし、ちゃんと敬語で対応できたよ。

・たくさんの方がフードドライブに協力してくれてうれしかった。
・この食品で少しでも誰かが笑顔になってくれればうれしいな。



令和6年度

能美市ボランティア連絡協議会 総会のお知らせ

4月20日(土) 13時30分より、寺井地区公民館大ホールにて令和6年度能美市ボランティア連絡協議会総会を開催します。是非、ご参加下さい。

詳細につきましては、ボランティアグループの代表宛てにご連絡します。



ボランティア 掲示板

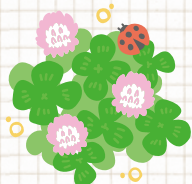
ボランティア活動保険の 加入・更新はしましたか？

**昨年度加入された方も
令和6年度の新たな加入が必要です。**

ボランティア活動中の様々な事故によるケガや賠償責任を補償するボランティア活動保険の加入・更新の時期です。能美市ボランティア・コミュニティ活動支援センターでは、ボランティア活動保険の加入を受け付けています。

補償内容は令和5年5月8日以降、新型コロナウイルス感染症が補償対象外となりました。保険について詳しく知りたい方は能美市ボランティア・コミュニティ活動支援センターまでお問合せ下さい。

きまっしボランティア 編集後記



今年度、役員として初めて活動させていただき、温かいボランティアの輪を肌で感じる事ができました。「春まちぽかぽかプロジェクト」のパネル展示では、皆さんの熱意や優しさが伝わってきました。つながりあうことを大切に、これからも出会いと笑顔あふれる活動に取り組みでいきたいと思ひます。

小山 睦美